క్లుప్తంగా

పాడి పోషణపై అవగాహన అవసరం


మాట్లాడుతున్న పశువైద్యాధికారులు

గుడిపాల: పాడి పశువుల పోషణపై రైతులకు అవగాహన చాలా అవసరమని పశుసంవర్ధకశాఖ అధికారులు సాయిసుధ, రవితేజ తెలిపారు. వారు సోమవారం 189కొత్తపల్లెలో పాడి రైతులకు శిక్షణా కార్యక్రమం నిర్వహించారు. వారు మాట్లాడుతూ వేసవిలో తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలను వివరించారు. నట్టలు, గాలికుంటు నివారణ టీకాలను ఎప్పటికప్పుడు వేసుకోవాలని సూచించారు. గాలికుంటు టీకాలు వేసుకుంటే పాల దిగుబడి తగ్గుతుందని చాలామంది రైతుల్లో అపోహ ఉందని చెప్పారు. పశువులకు దాణా వినియోగాన్ని తెలిపారు. కార్యక్రమంలో సిబ్బంది రాజేంద్ర, కిషోర్, సుక్కల పాటి శివలు పాల్గొన్నారు.

అంగన్‌వాడీ కేంద్రాల్లోనే భుజించాలి


పౌష్టికాహార ప్రదర్శనలో అంగన్‌వాడీ సిబ్బంది

గుడిపాల: ఐసీడీఎస్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహిస్తున్న అంగన్‌వాడీ కేంద్రాల్లో గర్భిణులు, బాలింతలు భుజించాలని ఐసీడీఎస్ సూపర్‌వైజర్ అనురాధ అన్నారు. మండలంలోని బొమ్మసముద్రం, మంది(క్రిష్ణాపురం అంగన్‌వాడీ కేంద్రంలో సోమవారం పోషణ్ పక్వాడా కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఆమె మాట్లాడుతూ అంగన్‌వాడీ కేంద్రాల ద్వారా పిల్లలు, గర్భిణులు, బాలింతలకు ప్రభుత్వం పౌష్టికాహారం అందిస్తోందన్నారు. చిరుధాన్యాలతో చేసే ఆహార పదార్థాలు, ఆకుకూరలు, కూరగాయలు ఎక్కువగా తీసుకోవాలని సూచించారు. అనంతరం పౌష్టికాహార ప్రదర్శనను ఏర్పాటుచేశారు. కార్యక్రమంలో అంగన్‌వాడీ టీచర్లు సుమలత, ఉమ, సునీత, కన్యాకుమారి, వాసంతి, నందిని, కవిత, పల్లవి పాల్గొన్నారు.

విశ్రాంతి భవనానికి స్థలం కేటాయించండి


జేసీకి వినతిపత్రమిస్తున్న పన్నీర్ సెల్వం

చిత్తూరు కలెక్టరేట్: ప్రభుత్వ డ్రైవర్లు విశ్రాంతి పొందేందుకు కలెక్టరేట్‌లో విశ్రాంతి భవనం నిర్మాణానికి స్థలం కేటాయించాలని ప్రభుత్వ డ్రైవర్ల సంఘం జిల్లా అధ్యక్షులు పన్నీర్ సెల్వం కోరారు. ఈ మేరకు సోమవారం ఆ సంఘం నాయకులు జేసీ వెంకటేశ్వర్‌ను కలిసి వినతి పత్రం అందజేసి పలు సమస్యలను చర్చించారు. ఆయన మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వ డ్రైవర్లకు ఇళ్ల స్థలాలు మంజూరు చేయాలని కోరారు. విధి నిర్వహణలో ఉండే ప్రభుత్వ ఉన్నతాధికారులు, జిల్లా అధికారుల డ్రైవర్లు విశ్రాంతి పొందేందుకు భవనం అవసరమన్నారు. కలెక్టరేట్‌లో భవన నిర్మాణానికి స్థలం కేటాయించాలని కోరారు. సానుకూలంగా స్పందించిన జేసీ న్యాయం చేస్తామన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో శ్రీనివాసులు, సురేష్‌బాబు, బాలాజీ, అరుణ్, ధనంజయ, పాల్‌రాజ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

స్పందనలో అర్జీల వెల్లువ


విజయభాస్కర్‌కు అర్జీలు ఇస్తున్న గ్రామస్తులు

పూతలపట్టు: మండలంలో సోమవారం తహసీల్దార్ కార్యాలయంలో జరిగిన స్పందన కార్యక్రమంలో అర్జీలు వెల్లువెత్తాయి. రైతులు భూ సమస్యలు, ఆధార్, రేషన్ కార్డులో పేర్ల మార్పు వంటి సమస్యలు ఎక్కువ వచ్చాయి. అంతేకాక మండలంలో అమ్మేపల్లి గ్రామస్తులు గ్రామాన్ని రీ సర్వే చేయాలని తహసీల్దార్ విజయభాస్కర్‌కు అర్జీలు సమర్పించారు. వెంటనే తహసీల్దార్ స్పందించి అధికారులను రీ సర్వే చేయడానికి ఆదేశాలు ఇచ్చారు.

స్పందన అర్జీల పరిశీలన

స్పందన అర్జీలను సోమవారం తహసీల్దార్ విజయభాస్కర్ సిబ్బందితో వెళ్లి పరిశీలించారు. పూతలపట్టు, ఐరాల మండలాల సరిహద్దులో వెలసి ఉన్న పాతాళ వినాయక స్వామి ఆలయం దారిని కొంతమంది ఆక్రమించుకున్నారని ఫిర్యాదు చేయడంతో తహసీల్దార్ సర్వేయర్ ఆలయం దగ్గరికి వెళ్లి సర్వే చేయించి దారి సమస్యలు పరిష్కరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండల సర్వేయర్ గోపి పాల్గొన్నారు

శివాజీకి ఘన నివాళి

గుడిపాల: బీజేపీ ఆధ్వర్యంలో సోమవారం శివాజీ వర్ధంతి సందర్భంగా ఆయన చిత్రపటానికి పూలమాల వేసి ఘనంగా నివాళులు అర్పించారు. మండల బీజేపీ అధ్యక్షుడు సోమనాథగౌడ్ మాట్లాడుతూ ఆయన పోరాట స్ఫూర్తిని యువత ఆదర్శంగా తీసుకోవాలని పిలుపునిచ్చారు. జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి చిట్టిబాబు, నాయకులు గురుగణేష్, రవి, సుభాష్, దొరైరాజ్, ఏలుమలై, సాయిలు పాల్గొన్నారు.

మామిడికి తెగులు దిగులు

- నేలరాలుతున్న పిందెలు
- ఆందోళనలో రైతులు
- సస్యరక్షణ తప్పని సరి


పిందె దశలో ఉన్న మామిడి పంట

చిత్తూరు అగ్రికల్చర్: మామిడి రైతుల్లో తెగులు దిగులు పట్టుకుంది. చిత్తూరు డివిజన్ పరిధిలోని రైతులు అత్యధికంగా ఉద్యాన పంటల్లో మామిడి పంట సాగు చేస్తున్నారు. ఈ ఏడాది వాతావరణంలో మార్పుల కారణంగా పూత ఆలస్యమైంది. ప్రస్తుతం పిందె దశలో ఉన్న మామిడి పంటకు తెగులు సోకడంతో కాయలు నేలరాలుతున్నాయి. దీంతో రైతుల్లో వచ్చిన పంట నేలరాలుతుండడంతో దిగాలు చెందుతున్నారు. ఈ పరిస్థితిని అధిగమించాలంటే పంటలో సస్యరక్షణ–యాజమాన్య పద్ధతులను తప్పనిసరిగా పాటించాలని ఉద్యానవన శాఖ అధికారులు తెలియజేస్తున్నారు.

చిత్తూరు డివిజన్ పరిధిలోని రైతులు దాదాపు 5 వేల


నేల రాలిన పిందెలు

హెక్టార్లలో మామిడి పంటను సాగు చేస్తున్నారు. ఈ ఏడాది వాతావరణంలో మార్పుల కారణంగా చెట్లలో పూత ఆలస్యంగా వచ్చింది. ఫలితంగా ప్రస్తుతం పంట పిందె దశలో ఉంది. అయితే కాయలకు నల్ల మచ్చలు తెగులు సోకడం వల్ల అత్యధిక శాతం పిందెలు నేలరాలుతున్నాయి. అధికంగా తవణంపల్లె, బంగారుపాళెం, ఐరాల, యాదమరి, పూతలపట్టు మండలాల పరిధిలో తెగులు ప్రభావంతో పిందెలు నేలపాలవుతున్నాయి. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో రైతులు అప్రమత్తమై తగిన చర్యలు తీసుకోవాలని ఉద్యానశాఖ డీడీ మధుసూదన్‌రెడ్డి తెలియజేస్తున్నారు.

చీడల నివారణ...

ప్రస్తుతం మామిడి పంట ఎక్కువ భాగం బఠాణి సైజు నుంచి నిమ్మకాయ పరిమాణం వరకు ఉంది. ఈ మధ్య కురిసిన అకాల వర్షాల కారణంగా ఎక్కువ భాగం తామర పురుగులు, మచ్చతెగులు పంటను ఆశించాయి. కొన్ని ప్రాంతాల్లో తేనె మంచు పురుగు, బూడిద తెగులు మరియు కాయ తొలిచే పురుగు బెడద అధికంగానే ఉంది. ఇటీవల వడగళ్ల వాన కురవడంతోపాటు, పిందెలు అధికంగా రాలడం వల్ల రైతులు నిరాశ చెందుతున్నారు. ఈ సమస్యల నివారణకు లీటరు నీటికి ఫిప్రొనిల్ 1.5 నుంచి 2 మి.లీ., వేపనూనె 1.0 మి.లీ, ఇసాబియాన్ 2 మి.లీ., మాంకోజెబ్ + మెటాలాక్సిల్ 2 గ్రాములు చొప్పున కలిపి పిచికారి చేయాలి.

పిందెలు రాలకుండా నీటి తడులు

మామిడిలో పిందెలు రాలిపోవడం పెద్ద సమస్యగా మారింది. నీటి ఎద్దడి, హార్మోన్లు మరియు పోషక లోపాల వల్ల ఇలా జరుగుతుంది. పిందె దశలో 15–20 రోజుల వ్యవధిలో అవకాశమున్న చోట చెట్లకు 2–3 నీటి తడులివ్వడం మంచి ఫలితాలిస్తాయి. దీనివల్ల పిందెలు రాలడం తగ్గుతుంది. కాయలు పెద్ద సైజులో నాణ్యంగా ఉంటాయి. నీటి సౌకర్యం లేనిచోట చెట్లకు ట్యాంకర్ల ద్వారా నీటి తడులు ఇవ్వాలి.

ఎరువుల వాడకం

మామిడి పిందెలు ఏర్పడి పెరిగే దశలో చెట్ల సైజును బట్టి 500–1000 గ్రాముల యూరియా, 500–1000 గ్రాముల పొటాష్ ఎరువులను 2 కిలోల వేప పిండితో కలిపి ప్రతి చెట్టుకూ వేస్తే కాయలు పెద్ద సైజులో వచ్చి నాణ్యమైన దిగుబడులు వస్తాయి. అంతే కాకుండా చీడల నివారణలో ఉత్తమ ఫలితాల కోసం వీలైనంత వరకు ఒకసారి చల్లిన మందులను మరోసారి చల్ల కూడదు.

సింథటిక్ పైరిత్రాయిడ్ల జోలికెళ్లొద్దు ...

మామిడిలో వీలైనంత వరకు సింథటిక్ పైరిత్రాయిడ్ పురుగు మందులను వాడకపోవడం మంచిది. మొదట్లో ఇవి వాడిన వెంటనే మంచి ఫలితాలు రావచ్చు. కానీ వాటిని రెగ్యులర్‌గా వినియోగించడం వల్ల కొన్ని పురుగులు వీటిని తట్టుకునే శక్తిని సంపాదించుకుంటాయి. తక్కువ స్థాయిలో ఉండే మరికొన్ని పురుగులు తీవ్ర స్థాయికి చేరుకుంటాయి. మున్ముందు ఈ పురుగులను నివారించడం అసాధ్యమవుతుంది.


నల్ల మచ్చ తెగులు సోకిన కాయలు

సిఫార్సు మేరకే మందులు వాడాలి



మామిడిలో ఎప్పటికప్పుడు సస్యరక్షణ యాజమాన్య పద్ధతులు తప్పనిసరిగా అవలంభించాలి. పంటలో మంచి ఫలితాలు పొందాలంటే తప్పనిసరిగా సిఫార్సు చేసిన మోతాదులోనే క్రిమి సంహారక మందులను వాడాలి. ఇందుకోసం సంబంధిత అధికారులు, నిపుణులను సంప్రదించి వారి సలహా మేరకు మందులు వాడితే మంచిది.

–మధుసూదన్‌రెడ్డి, డీడీ, ఉద్యానవన శాఖ

9న శాస్త్రీయ సంగీత పోటీలు

చిత్తూరు రూరల్: ప్రజాహిత సేవా సంస్థ ఆధ్వర్యంలో ఈ నెల 9న శాస్త్రీయ సంగీత పోటీలను నిర్వహించనున్నట్లు ఆ అధ్యక్షుడు రాజరత్నంరెడ్డి తెలిపారు. చిత్తూరు నగరంలోని రెవెన్యూ భవనంలో సాయంత్రం 4 గంటలకు పోటీలు ప్రారంభమవుతాయని చెప్పారు. ఆసక్తిగల విద్యార్థులు ముందస్తుగా పేర్లు నమోదు చేసుకోవాలని ఆయన పేర్కొన్నారు.

బాధ్యతగా పనిచేయాలి


సమావేశంలో మాట్లాడుతున్న ఎంపీడీఓ గౌరి

పూతలపట్టు: మండలంలో పనిచేస్తున్న ఇంజినీరింగ్ అసిస్టెంట్‌లు బాధ్యతగా పనిచేయాలని ఎంపీడీఓ గౌరి అన్నారు. సోమవారం మండలంలోని ఇంజినీరింగ్ అసిస్టెంట్‌లతో ఎంపీడీఓ కార్యాలయంలో సమావేశం ఏర్పాటు చేశారు. ఆమె మాట్లాడుతూ జగనన్న లేఔట్‌ల నిర్మాణ పనులను వేగవంతం చేయాలని ఆదేశించారు. నిర్లక్ష్యం వహించకుండా పనులు పూర్తిచేయాలని తెలిపారు. హౌసింగ్ ఏఈ శ్రీనివాసులు పాల్గొన్నారు.

లారీ ఢీకొని వృద్ధురాలికి తీవ్ర గాయాలు


చికిత్స పొందుతున్న సావిత్రమ్మ

పూతలపట్టు: లారీ డ్రైవర్ అదుపుతప్పి వృద్ధురాలిని ఢీ కొట్టిన సంఘటన సోమవారం మండలంలో చోటుచేసుకుంది. మండలంలోని వేపలపల్లి పంచాయతీ ఒంటిల్లుకు చెందిన కే సావిత్రమ్మ(60) హైవే దాటుతుండగా తమిళనాడు నుంచి రాజమండ్రికి వెళుతున్న లారీ ఢీకొనడంతో ఆమెకు తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నారు.

పది పరీక్షలు ప్రశాంతంగా ప్రారంభం

- నియోజకవర్గంలో ఏడుగురు గైర్హాజరు
- పరీక్ష కేంద్రాల వద్ద పకడ్బందీ బందోబస్తు


బంగారుపాళెం: విద్యార్థులను తనిఖీ చేసి అనుమతిస్తున్న పోలీసులు


తవణంపల్లె: పరీక్ష కేంద్రంలో విద్యార్థులు

యాదమరి: పూతలపట్టు నియోజకవర్గంలో పది పరీక్షలు సోమవారం ప్రశాంతంగా ప్రారంభమయ్యాయి. ఐదు మండలాల్లోని 16 పరీక్ష కేంద్రాల్లో మొత్తం 2176 మంది విద్యార్థులు హాజరయ్యారు. ఏడుగురు గైర్హాజరైనట్లు అధికారులు తెలిపారు. ఎక్కడా ఎటువంటి ఇబ్బందులు లేవని, అన్ని వసతులు కల్పించారు. యాదమరి ఉన్నత పాఠశాలలో పదో తరగతి పరీక్ష కేంద్రాన్ని చిత్తూరు వెస్ట్ సీఐ శ్రీనివాసుల రెడ్డి పరిశీలించారు. ఎవరైనా విద్యార్థులు కానివారు పరీక్ష కేంద్రం వద్ద ఉంటూ అక్కడి నుంచి పంపించేయాలని సూచించారు.

ఇద్దరు విద్యార్థులు గైర్హాజరు

బంగారుపాళెం: మండలంలో మొత్తం నాలుగు కేంద్రాలను ఏర్పాటు చేశారు. విద్యార్థులు పరీక్ష కేంద్రాల వద్దకు గంటకు ముందే చేరుకున్నారు. పరీక్ష కేంద్రాలను చిత్తూరు దిశ డీఎస్పీ బాబుప్రసాద్, బంగారుపాళెం సీఐ నరసింహారెడ్డి, ఎస్ఐ మల్లికార్జునరెడ్డి పర్యవేక్షించారు. తెలుగు పరీక్షకు మొత్తం 830 మంది విద్యార్థులకుగాను 828 మంది విద్యార్థులు హాజరయ్యారు. ఇద్దరు గైర్హాజరైనట్లు ఎంఈవో నాగేశ్వర్‌రావు తెలిపారు.

వందశాతం హాజరు

ఐరాల: మండలంలోని మూడు పరీక్ష కేంద్రాల్లో 389 మంది గాను 389 మంది విద్యార్థులు హాజరైనట్లు ఎంఈఓ వేణుగోపాల్‌రెడ్డి తెలిపారు. విద్యార్థులు ప్రశాంత వాతవరణంలో పరీక్షలు రాసినట్లు ఆయన తెలిపారు. పరీక్ష కేంద్రాల వద్ద గట్టి పోలీస్ బందోబస్తు చర్యలు చేపట్టారు. విద్యార్థులను తనిఖీ చేసి పరీక్ష గదిలోకి పంపమన్నారు.

ఇద్దరు గైర్హాజరు

పూతలపట్టు: మండల కేంద్రంలోని జెడ్పీ హైస్కూల్లో 148 మందికి గాను146 మంది హాజరైనట్లు పరీక్ష అధికారి తెలిపారు. ఈ కేంద్రాన్ని ఆర్డీఓ రేణుక, ఎంపీడీవో గౌరీ, తహసీల్దార్ విజయభాస్కర్ తనిఖీ చేశారు.

ముగ్గురు గైర్హాజరు

తవణంపల్లె: మండలంలోని అరగొండ పరీక్ష కేంద్రంలో ముగ్గురు విద్యార్థులు గైర్హాజరైనట్లు ఛీఫ్ సూపరింటెండెంట్ లలిత తెలిపారు. మొత్తం 236 మందికిగాను 233 మంది విద్యార్థులు పరీక్షలకు హాజరయ్యారు. తవణంపల్లె హైస్కూల్లో 166 మందికి 166 మంది హాజరయ్యారు. పరీక్షా కేంద్రాలను చిత్తూరు రూరల్ సీఐ శ్రీనివాసరెడ్డి, డిప్యూటీ తహసీల్దార్ నరేష్ తనిఖీ చేశారు. పరీక్షా కేంద్రాల వద్ద వైద్య శిబిరం ఏర్పాటు చేశారు.

గుడిపాల: మండలంలోని బొమ్మసముద్రంలో 53 మంది, కమ్మతిమ్మాపల్లెలో 96, నరహరిపేటలో 153 మంది సోమవారం పదవ తరగతి పరీక్షలు రాశారు. ఇందులో 302 మంది విద్యార్థులకు గాను 302 మంది పరీక్షలు రాశారు. పరీక్ష కేంద్రాల వద్ద గట్టి ఎస్ఐ రాజశేఖర్, ఎంపీడీవో ఉపేంద్ర గట్టి బందోబస్తును నిర్వహించారు.




ఐరాల: ఉన్నత పాఠశాలలో విద్యార్థులు, గుడిపాల: పరీక్ష కేంద్రం వద్ద విద్యార్థుల తనిఖీలు, పూతలపట్టు: పరీక్ష ముగించుకొని వస్తున్న విద్యార్థులు

స్పందన వినతులకు అధిక ప్రాధాన్యత


అర్జీలను స్వీకరిస్తున్న కమిషనర్ అరుణ

చిత్తూరు అర్బన్: స్పందన కార్యక్రమంలో ప్రజల నుంచి అందే వినతులకు అధిక ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని కమిషనర్ అరుణ నగరపాలక అధికారులను ఆదేశించారు. నగరపాలక కార్యాలయంలో సోమవారం ‘స్పందన’ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. పలు సమస్యలపై నగర ప్రజలు కమిషనర్‌కు వినతి పత్రాలు అందించారు. వచ్చే వినతులను సంబంధిత అధికారులు సత్వరం క్షేత్రస్థాయిలో విచారించి పరిష్కరించాలన్నారు. స్పందన వినతులను ఆన్‌లైన్‌లో నమోదు చేయడంతో పాటు.. పరిష్కరించిన అనంతరం సంబంధిత అర్జీదారులకు తెలియజేయాలని చెప్పారు. గత వారం అందిన స్పందన వినతులపై అధికారులతో సమీక్షించారు. సోమవారం నాటి స్పందన కార్యక్రమంలో ఇంజినీరింగ్ –3, ప్రజారోగ్య శాఖ-2, రెవెన్యూ-2, ప్రధాన కార్యాలయం, టీపీవో ఒక్కొక్కటి చొప్పున మొత్తం 9 వినతులు అందాయి. కార్యక్రమంలో ఎంఈ ధనలక్ష్మి, ఎంహెచ్‌వో డా.లోకేష్, నగరపాలక అధికారులు పాల్గొన్నారు.

పీహెచ్‌డీ సీట్లపై పునఃసమీక్షించాలి

చిత్తూరు కలెక్టరేట్: పీహెచ్‌డీ సీట్ల కేటాయింపులపై ఉన్నత విద్యామండలి పునఃసమీక్షించాలని ఏఐఎస్‌ఎఫ్ రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి శివారెడ్డి కోరారు. ఈ మేరకు ఆయన సోమవారం విలేకరులతో మాట్లాడారు. ఆర్ సెట్, నెట్ పరీక్షల్లో క్వాలిఫై అయిన పీహెచ్‌డీ విద్యార్థులకు విశ్వవిద్యాలయాల్లో సీట్ల కేటాయింపులపై రాష్ట్ర గవర్నర్ దృష్టికి తీసుకెళ్తామన్నారు. యూజీసీ నిబంధనల ప్రకారం మూడేళ్లపైబడి పదవీకాలం ఉన్న ప్రొఫెసర్స్‌ని పీహెచ్‌డీ విద్యార్థులకు గైడ్స్‌గా నియమించాలన్నారు. తక్షణమే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం విశ్వవిద్యాలయాల్లో ఖాళీగా ఉన్న ప్రొఫెసర్ పోస్టులు భర్తీ చేయాలని కోరారు. రాష్ట్ర ఉన్నత విద్యాశాఖ, యూనివర్సిటీ వైస్ ఛాన్స్‌లర్లు పీహెచ్‌డీ స్కాలర్లకు మూడేళ్ల కాల పరిమితి ఉన్న ప్రొఫెసర్స్‌ని మాత్రమే గైడ్స్ గా నియమించాలని డిమాండ్ చేశారు.

కనుల పండువగా పల్లకి ఉత్సవం


వసంతోత్సవంలో కోదండరాముడు

చిత్తూరు రూరల్: నగరంలోని శ్రీ కోదండరామ స్వామి ఆలయంలో సోమవారం వార్షిక బ్రహ్మోత్సవం అంగరంగవైభవంగా జరిగింది. ఉదయం స్వామి వారిని సుప్రభాత సేవలో మేల్కొలిపి విశేష పూజలు చేశారు. అనంతరం వివిధ రకాల పుష్పాలతో అలంకరించి పల్లకి ఉత్సవంలో స్వామి సేవను కొనసాగించారు. మోహిని అలంకారంలో స్వామి వారు భక్తులను కటాక్షించారు. రాత్రి యాళివాహనంలో విహరిస్తూ అభయమిచ్చారు. భక్తులు ఊరేగింపుగా వస్తున్న స్వామి వారిని దర్శించుకుని మొక్కులు చెల్లించుకున్నారు. కార్యక్రమంలో చైర్మన్ సకల వెంకటేష్‌గుప్తా, ఆలయ అర్చకులు వేణుగోపాల్, సభ్యులు రాజా పాల్గొన్నారు.

నమాజ్‌తో ఆరోగ్యమస్తు!

- సత్ప్రవర్తన అలవడుతుంది
- క్రమశిక్షణను నేర్పుతుంది
- నమాజ్‌లో ప్రధాన క్రియల్లో దాగున్న ఎన్నో మర్మాలు


నమాజు చేస్తున్న ముస్లింలు


తక్బీర్


సజ్దా


రుకూ


సలాం

రేణిగుంట: ప్రతి మతం వారు విశ్వసించే ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాలు, దైవచింతనలో వ్యాయామం మేళవించి ఆరోగ్యానికి మేలు చేసేవే. హిందువులు ఆలయాలకు వెళ్లి గుడి చుట్టూ ప్రదక్షిణలు చేసినా, లెంపలేసుకున్నా, గుంజీలు తీసినా, చేతులు జోడించి నమస్కరించుకున్నా ప్రతి అంశంలోనూ శారీరక వ్యాయామం ఉంది. ఇదేవిధంగా క్రైస్తవులు నిర్వహించే ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాల్లో, ముస్లింల నమాజ్‌లోనూ మనిషి ఆరోగ్యానికి దోహదపడే అంశాలెన్నో ఉన్నాయి.

రంజాన్ మాసంలో నమాజ్‌కు ఎంతో ప్రాముఖ్యత..

ప్రస్తుతం రంజాన్ మాసం సందర్భంగా జిల్లాలోని అన్ని మసీదుల్లో ప్రత్యేక ప్రార్థనలు, ఉపవాసాలు ప్రారంభమయ్యాయి. అల్లా దీవెనల కోసం వీరు ప్రార్థిస్తున్నారు. కేవలం అల్లాను ప్రార్థించడమే కాదు నమాజు ద్వారా సంపూర్ణ ఆరోగ్యం, క్రమశిక్షణ తప్పక అలవడతాయని ముస్లింల నమ్మకం. నమాజు వెనుక దాగిన అసలు పరమార్థం ఇదేనని వీరి విశ్వాసం. ముస్లింలు రోజుకు ఐదుమార్లు నమాజు చేస్తారు. ఇందులో తక్బీర్, ఖియాం, రుకూ, జల్సా, సజ్దా, సలాం అనే క్రియలుంటాయి. వాటి వల్లా ఎన్నో ఉపయోగాలున్నాయి.

తక్బీర్:

నమాజు మొదలు పెట్టేముందు రెండు చేతులను చెవుల వరకు తీసుకెళ్లి మళ్లీ కిందకు దించి నాభిపైన పెట్టుకుంటారు. ఈ క్రియ ద్వారా చేతికి బలం చేకూరుతుంది. గుండెకు విశ్రాంతి లభిస్తుంది. రెండు చేతులను పైకెత్తి కిందకు దించడం ద్వారా ఆధ్యాత్మిక చింతనతోబాటు శరీరంలో రక్తప్రసరణ క్రమపద్ధతిలో జరుగుతుంది.

ఖియాం:

నమాజు చదవడానికి నిటారుగా నిలబడడాన్ని ఖియాం అంటారు. అల్లాహ్ అక్బర్ అని తక్బీర్ ఉచ్చరిస్తూనే కుడిచేతి బొటన, చిటికెన వేళ్లతో ఎడమచేతి మణికట్టును నాభిపై ఉంచుకుంటారు. దీంతో మనస్సుకు ప్రశాంతత చేకూరుతుంది. దైవంపై మనస్సును లగ్నం చేస్తే మరింత ప్రశాంతత దొరుకుతుంది. దీంతో రోగాలు దరి చేరవు. ముఖ్యంగా కీళ్లనొప్పులు నయం అవుతాయి.

సజ్దా:

ఈ ప్రక్రియలో పాదాలు, మోకాళ్లు, అరచేతులు, ముక్కు, నుదురు నేలను తాకుతాయి. అల్లాహ్ ఎదుట షాష్టాంగప్రమాణం చేయడమే దీని ముఖ్య ఉద్దేశం. దీంతో శరీరంలోని అన్ని అవయవాలకు రక్తప్రసరణ సమపాళ్లలో జరుగుతుంది. మెదడు చురుకుదనంగా మారుతుంది. ముఖ్యంగా అల్సర్‌తో బాధపడేవారికి చాలా మంచిది. ఇక తొడ భాగంలోని కొవ్వు కరిగిపోతుంది.

రుకూ:

దీని ద్వారా శరీరంలోని కొలస్ట్రాల్ మాయమవుతుంది. రెండు చేతులను మోకాళ్లపై ఉంచుకుని నడుమును సమాంతరంగా వంచుతూ చూపును రెండుకాళ్ల బొటన వేళ్ల మధ్యన కేంద్రీకరించాలి. దీంతో ఉదర భాగానికి మంచి వ్యాయామం కలుగుతుంది. గుండె, మెదడు సమాంతరంగా ఉండడంతో జీర్ణాశయం పనితీరు మెరుగుపడుతుంది. బొటన వేళ్ల మధ్య నరాలు ఉత్తేజమవుతాయి. దీంతో వెన్నముఖ నొప్పులు మటుమాయం అవుతాయి.

సలాం:

సలాం వలన మెదడుకు మంచి వ్యాయామం లభిస్తుంది. నమాజులో ఇది చివరి ఘట్టం. తలను ఒకదఫా కుడివైపునకు తిప్పి మరోమారు ఎడమవైపునకు తిప్పడం ద్వారా సలాంను ఆచరిస్తారు. నమాజ్‌ను ఆచరించే సమయంలో రెండు భుజాలపైన దైవదూతలు వేచిఉండి భక్తుల చేస్తున్న మంచి చెడులను గమనిస్తుంటారని వీరి విశ్వాసం. ఇది మెదడుకు బలాన్ని ఇవ్వడంతో పాటు నేత్రశక్తిని పెంపొందిస్తుంది.

సూర్య,చంద్ర ప్రభలపై భోళాశంకరుడు


ఊరేగింపులో స్వామి వారు

చిత్తూరు రూరల్: పంగుణి బ్రహ్మోత్సవాలను పురస్కరించుకుని చిత్తూరు నగరంలోని శ్రీ అగస్త్యేశ్వర స్వామి ఆలయంలోని భోళాశంకరుడు సోమవారం చంద్ర, సూర్య ప్రభవాహనాలపై అభయమిచ్చారు. ఇందులో భాగంగా ఉదయం నుంచి రాత్రి వరకు విశేష పూజలు నిర్వహించారు. ప్రత్యేక అలంకరణలో స్వామి వారు భక్తులకు దర్శనమిచ్చారు. ఉదయం చంద్ర ప్రభ వాహనంపై, రాత్రి సూర్య ప్రభవాహనంపై స్వామిని ఊరేగించారు. భక్తులు కర్పూర హారతులతో వేడుకున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో చైర్మన్ శివప్రసాద్, అర్చకులు శివకుమార్, ఈఓ తిమ్మరెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పౌర హక్కును వినియోగించుకోవాలి

పూతలపట్టు: మండలంలోని ప్రజలు పౌర హక్కును వినియోగించుకోవాలని తహసీల్దార్ విజయభాస్కర్ తెలిపారు. మత, జాతి, కుల బేధాలు లేకుండా స్వేచ్ఛగా జీవించాలన్నారు. బూసిపల్లిలో అధికారులు సోమవారం పౌరహక్కుల వినియోగం పట్ల గ్రామస్తులకు అవగాహన సమావేశం ఏర్పాటు చేశారు. సంక్షేమ పథకాలు అర్హులందరికీ అందేలా ప్రభుత్వం కృషిచేస్తుందని ఎంపీడీఓ గౌరి అన్నారు. మద్యం తాగి వాహనాలను నడపరాదని ఎస్ఐ హరిప్రసాద్ పేర్కొన్నారు.